



Menú General mes de gener de 2021

El menú va acompanyat de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.



Gener, fred o temperat, pasa'l ben arropat.

DIVENDRES	8
SOPAD'AU AMB PINYONET (ceba, pastanaga, tomàtiga, llorer, pollastre) HAMBURGUESADE CARN MIXTA A LA PLANXA AMB CEBA ENSALADA I ARRÒS SALTAT FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Salmón a la planxa con arroz y pimientos / Fruita	
DIVENDRES	15
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (ceba, pastanaga, tomàtiga, orenga) HOKI ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Quiche casolana variada / Fruita	
DIVENDRES	22
PURÉ DE PASTANAGA (ceba, porro, pastanaga, patata) I LLENTIES ABADEJO ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Pizza casolana variada / Fruita	
DIVENDRES	29
ARRÒS MILANESA (all, cebes, tomàtiga, pebre vermell, pèsols, carn variada) LLUÇAL FORN PATATA I VERDURES (ceba, pastanaga) IOGURT o FRUITA Suggeriment desopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita	

DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
PURÉ DE CARABASSA (carabassa, cebes, porro, pastanaga, carabassí, patata) I CIURONS LOMO EMPANADO CASERO (huevo, pan rallado) LLETUGUES VARIADES, REMOLACHA I TONYINA IOGURT o FRUITA Suggeriment desopar: Oubullit amb patata i verdures bullides / Fruita		SOPAD'AU AMB FIDEUS (ceba, pastanaga, tomàtiga, llorer, pollastre) ABADEJO AL FORN SALSA DE TOMÀTIGA I VERDURES (ceba, pebre vermell) I PATATA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Ensalada i arròs saltat amb indiot / Fruita		PILOTES DE CARN MIXTA AMB VERDURES (ceba, pastanaga, mongeta tendre, pèsols) TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL LLETUGUES VARIADES, TOMATE I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Sopa de pasta i bacallà amb pebres / Fruita		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, pastanaga, espinacs, carn) I PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA XAMPINYONS AL ALLET FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (ceba, pastanaga, tomàtiga, orenga) HOKI ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Quiche casolana variada / Fruita	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pastanaga, tomàtiga, all) TRUITA A LA FRANCESA ENSALADA VARIADA AMB PERNIL FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Espirals de pèsols amb verdures saltades / Fruita		SOPAD'AU (ceba, pastanaga, tomàtiga, llorer, pollastre) FRIT DE MAGRE DE PORC VERDURES (ceba, pebre vermell, pèsols) I PATATA IOGURT o FRUITA Suggeriment desopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, tomàtiga, orenga) LLUÇAL FORN AMB PICADA LLETUGUES VARIADES, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Raoles casolanes de verdures amb patata bullida / Fruita		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, col, carn) I PATATA PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATES FREGIDES CASOLANES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Sopa de pasta i calamar amb ensalada / Fruita		PURÉ DE PASTANAGA (ceba, porro, pastanaga, patata) I LLENTIES ABADEJO ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Pizza casolana variada / Fruita	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
SOPAD'AU AMB PINYONET (ceba, pastanaga, tomàtiga, llorer, pollastre) HOKI ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES, PASTANAGA I TONYINA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb xampinyons / Fruita		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (ceba, pastanaga, bledes, carn magre) SALSITXES MIXTES A LA PLANXA ARRÒS SALTAT FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Ensalada i sòpia amb patata bullida / Fruita		ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, bacon, beixamel lleuger, nou moscada) TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Arròs saltat amb espàrrecs i indiot / Fruita		CREMA DE VERDURES (ceba, porro, pastanaga, espinacs, patata) I LLENTIES LLOM PANAT CASOLÀ (ou, paratllet) LLETUGUES VARIADES, PASTANAGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment desopar: Bullit de verdures, patata i ou / Fruita		ARRÒS MILANESA (all, cebes, tomàtiga, pebre vermell, pèsols, carn variada) LLUÇAL FORN PATATA I VERDURES (ceba, pastanaga) IOGURT o FRUITA Suggeriment desopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita	

Si necessita informació sobre los alérgenos contenidos en el menú contacte con Cocinados Benjamín.